lõpetamisel nagu ravi alustamisel ja see võib tekitada mõnel inimesel mööduvaid ebameeldivaid aistinguid, mida sageli tõlgendatakse sõltuvusena.

Apteekides müüakse antidepressante nii originaalravimitena kui ka sama toimeaine põhiste geneeriliste ravimitena. Geneerilised ravimid on üldjuhul odavamad ja seetõttu inimestele kättesaadavamad, raviefektiivsuse seisukohast need ravimid omavahel ei erine.

Tuleb silmas pidada, et ravimite, sh antidepressantide roll vaimse tervise probleemide leevendamisel on vaid üks osa raviprotsessist. Ravi tulemuslikkuse seisukohast on väga oluline järgida teisi ravialaseid soovitusi ja nõuandeid, mida jagab teiega vaimse tervise spetsialist või arst.

PEA MEELES!

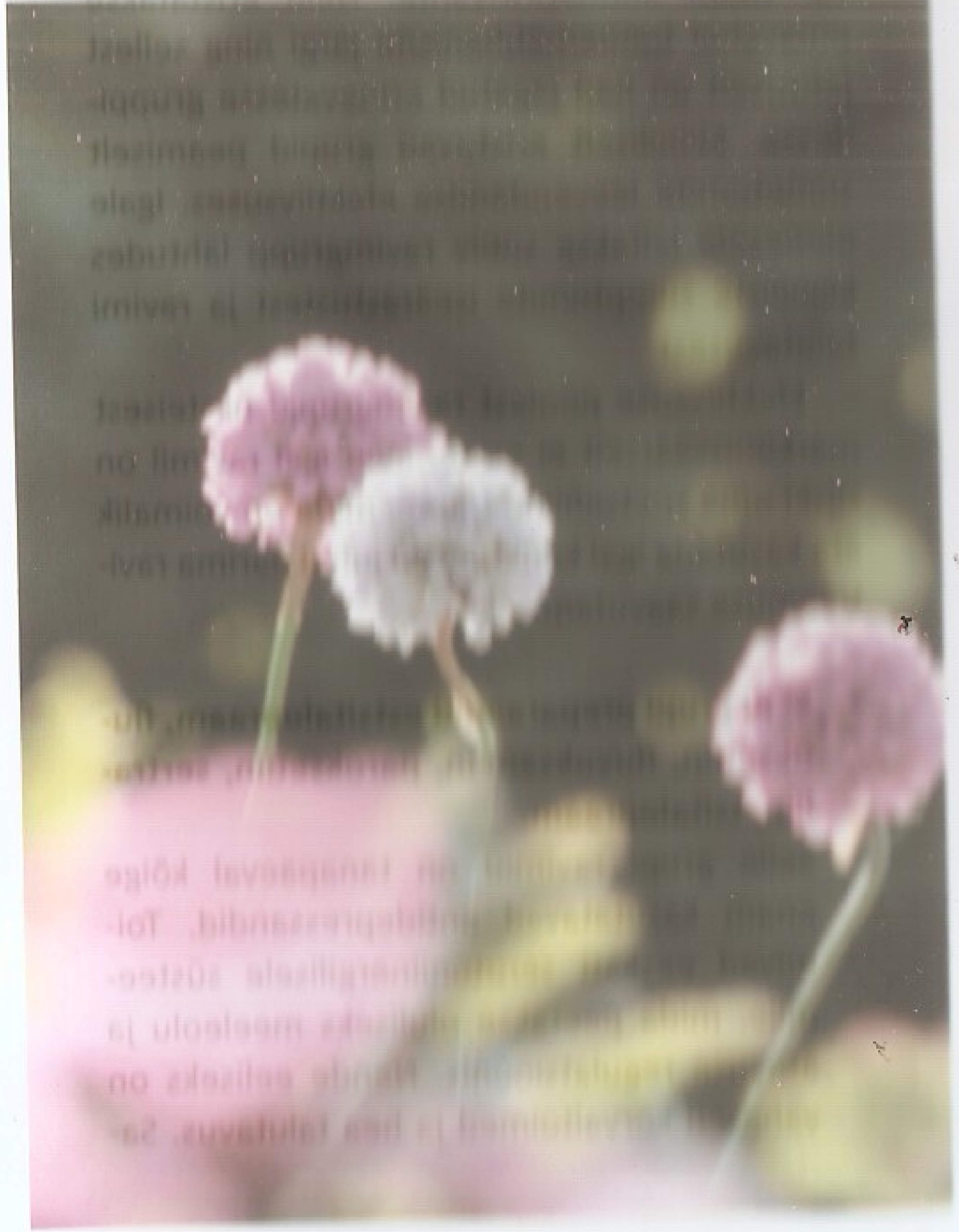
- Antidepressandid on retseptiravimid ning neid määrab Teile raviarst.
- Informeerige oma ravimeeskonda kõigist teistest tarvitavatest retsepti- ja käsimüügiravimitest ning toidulisanditest. Ravimi määramisel arvestab arst alati Teie teiste haiguste ning olemasoleva raviskeemiga.
- Ravimi tarvitamisel tekkivate kõrvaltoimete korral pidage nõu oma ravimeeskonnaga. Vastuvõttudel tooge julgelt esile enda terviseseisundi muutused, nii negatiivsed kui ka positiivsed.
- Ravi antidepressantidega peab olema järjepidev. Ärge katkestage või muutke ise ravimi annuseid või võtmise sagedust.
- Ärge andke oma ravimeid teistele ega tarvitage teistele määratud ravimeid – ka mitte siis, kui Teie kaebused ja sümptomid on sarnased.

Koostanud:
Põhja-Eesti Regionaalhaigla psühhiaatriakliinik
Paldiski mnt 52
10614 Tallinn
www.regionaalhaigla.ee

Patsiendiõpetuse on kooskõlastanud Põhja-Eesti Regionaalhaigla õenduskvaliteedi komitee 18.03.2021. a.

Regionaalhaigla

ANTIDEPRESSANDID



Millised ravimid on antidepressandid?

Antidepressandid on üldnimetus ravimitele, mida kasutatakse erinevate psühhiaatriliste häirete, kõige sagedamini depressiivsete ja ärevushäirete ravis. Samuti leiavad antidepressandid kasutust valusündroomide leevendamisel.

Antidepressantide toime põhineb aju virgatsainete mõjutamisel, parandades seeläbi närvirakkude omavahelist suhtlust. Antidepressantide abil mõjutatakse enim ajupiirkondi, mis on seotud emotsioonide, meeleolu ja ärevuse regulatsiooniga.

Tänapäeval on kasutusel mitmeid erinevat tüüpi antidepressante. Neid eristatakse omavahel toimemehhanismi järgi ning sellest johtuvalt on nad jagatud erinevatesse gruppidesse. Kliiniliselt eristuvad grupid peamiselt sümptomite leevendamise efektiivsuses. Igale inimesele leitakse sobiv ravimgrupp lähtudes kliiniliste sümptomite iseärastustest ja ravimi talutavusest.

Efektiivsuse poolest ravimgrupid üksteisest märkimisväärselt ei erine, kuid igal ravimil on siiski oma spetsiifiline toime, mida on võimalik ära kasutada igal konkreetsel juhul parima ravitulemuse saavutamiseks.

- **SSRI grupi preparaadid estsitalopraam, fluoksetiin, fluvoksamiin, paroksetiin, sertraliin, tsitalopraam.**
  Selle grupi ravimid on tänapäeval kõige enam kasutatavad antidepressandid. Toimivad eeskätt serotoniinergilisele süsteemile, mida peetakse oluliseks meeleolu ja ärevuse regulatsioonis. Nende eeliseks on vähesed kõrvaltoimed ja hea talutavus. Sagedamini kasutatakse seda gruppi mööduka depressiivse seisundi ja ärevushäirete, aga ka söömishäirete, traumajärgse stressihäire jm ravis.
- **SNRI grupi preparaadid duloksetiin ja venlafaksiin** toimivad serotoniinergilisele ja noradrenaliinergilisele süsteemile ning kaudselt ka dopamiinergilisele süsteemile. Kasutatakse kõige enam depressiivsete ja ärevushäirete ning kroonilise valu ravis.
- **NDRI grupi preparaadid – bupropioon.** Toimib noradrenaliinergilisele ja dopamiinergilisele süsteemile.
  Kasutatakse peamiselt depressiooni ravis. Peetakse nö aktiveeriva toimega ravimiks, mis parandab mh aktiivsust ja keskendumisvõimet, seetõttu kasutatakse ka aktiivsus- ja tähelepanuhäire ravis. Samuti on bupropioon efektiivne suitsetamisest loobumise toetamiseks.
- **Tritsüklilised antidepressandid amitrüptilliin, nortrüptilliin** mõjutavad samaaegselt mitmeid ülekandesüsteeme. Kasutatakse erinevate häirete, peamiselt depressiooni, ärevuse ja valusündroomide ravis. Seda ravimgruppi ei kasutata esmavalikuna sagedasti esinevate kõrvaltoimete tõttu.
- **Teised antidepressandid**
  Vortioksetiin – peamiselt serotoniinisüsteemi mõjutav ravim. Kasutatakse depressiivsete ja ärevushäirete ravis. Ravimi eeliseks peetakse suhteliselt head talutavust.
  Agomelatiin – atüüpiline antidepressant, mis lisaks serotoniini retseptori mõjutamisele toimib melatoniini retseptorile. See omadus tagab ravimi positiivse toime unerütmi regulatsioonile.
  Mirtasapiin – atüüpiline antidepressant, mis toimib alfa-2-retseptoritele ja noradrenaliini ja serotiini ülekandesüsteemidele. Kasutatakse peamiselt depressiooni ravis, aga väikestes annustes ka und soodustava ravimina.

Millega arvestada antidepressantide tarvitamisel?

Antidepressandid on ravimid, mille efektiivsuse tagamiseks on vajalik nende järjepidev tarvitamine. Psühhiaatriliste häirete paranemine on järjepidev protsess ning esmased muutused ilmnevad reeglina pärast 3–4 nädalat regulaarset ravimite tarvitamist. Antidepressantide kasutamine kestab mitmeid kuid, sageli aastaid. Ravikuuri pikkus sõltub näidustusest ning ravivastusest. Patsiendi enesetunde paranemisel soovitatakse ravijuhistes jätkata antidepressantravi veel mõned kuud ning koostöös ravimeeskonnaga planeerida ravikuuri järk-järguline lõpetamine.

Antidepressantidega alustamisel tuleb silmas pidada, et organism vajab ravimiga kohanemiseks aega ning selle tõttu võib esimestel nädalatel esineda mööduvaid kõrvaltoimeid: higistamine, iiveldus, peavalu, ärevuse kasv jms. Sageli peetakse depressiooniga kaasuvaid ebameeldivaid kehalisi tundmuseid ravimi kõrvalmõjudeks, kuigi need sümptomid olid juba enne medikamentoosse ravi alustamist.

Antidepressantidega alustamisel võib raviarst määrata lühiajaliselt rahusteid ja/või uinuteid, et leevendada esimestel nädalatel kõrvaltoimeid.

Antidepressandid ei tekita sõltuvust, kuid ravi lõpetamisel vajab organism samasugust